

График двигательной активности детей 4-го года жизни.

№ п/п	Виды двигательной активности	Поне- дельник	Втор- ник	Среда	Чет- верг	Пят- ница
1.	Утренняя гимнастика	0,08	0,08	0,08	0,08	0,08
2.	Перерыв между занятиями	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
3.	Физкультурное занятие		0,20		0,20	0,20
4.	Упражнения после сна	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15
5.	Музыкальное занятие		0,15		0,15	
6.	Подвижные игры на прогулке (1-я и 2-я половина дня)	0,35	0,35	0,35	0,35	0,35
7.	Спортивные (музыкальные) развлечения	0,20				0,20
8.	Самостоятельная деятельность детей	1,30	1,30	1,30	1,30	1,30
Ежедневно:		2,58	3,13	2,38	3,13	3,18